

		GEM Alter Egaux - Programme de Janvier 2026		
		Le programme peut être modifié au cours du mois	Horaires du local	Animatrices ou permanence
<b>Jeudi</b>	1	<b>FERIE - Jour de l'an</b>	<b>FERME</b>	
<b>Vendredi</b>	2	10h Comptabilité - <b>Inscription aux activités</b>	9h-17h	Paloma
<b>Samedi</b>	3	<b>GEM FERME</b>	<b>FERME</b>	
<b>Dimanche</b>	4	13h Accueil	13h-17h	Marion
<b>Lundi</b>	5	9h30 Régulation pour les animatrices 14h Quoi de neuf ? Et rangement des décorations de Noël	13h30-16h30	Lella
<b>Mardi</b>	6	13h Accueil	13h-17h	Patricia
<b>Mercredi</b>	7	<b>Renouvellements d'adhésion toute la journée</b>	10h-17h	Lella
<b>Jeudi</b>	8	9h30 Petit déjeuner 10h30 Atelier informatique avec Christophe 14h Atelier "J'aime bouger" aux Jardins de la Fontaine	9h-14h	Paloma
<b>Vendredi</b>	9	<b>9h-12h Renouvellements d'adhésion</b> <b>13h Encaissements des activités</b> 14h30 Atelier artistique et détente 19h Vendredi de l'agglomération à Caissargues "Frères" (en autonomie)	9h-17h	Lella
<b>Samedi</b>	10	10h Départ à Sommières <b>1€</b> (Grand marché et visite du pont d'Ambrussum)	<b>FERME</b>	Paloma
<b>Dimanche</b>	11	10h30 Cinérelax "Chasse gardée 2" <b>2€</b> <b>14h Renouvellements d'adhésion</b>	9h-17h	Paloma
<b>Lundi</b>	12	10h30 Quoi de neuf ? 14h Vœux du président et parole aux adhérents	9h-17h	Lella / Palo
<b>Mardi</b>	13	13h30 Régulation pour les élus du bureau - <b>GEM FERME</b>	<b>FERME</b>	
<b>Mercredi</b>	14	<b>Renouvellements d'adhésion toute la journée</b> (Rapport d'activité par les animatrices)	9h-17h	Lella / Palo
<b>Jeudi</b>	15	9h00 Départ journée sportive : rando à Valliguières <b>2€</b> (prendre pique-nique)	<b>FERME</b>	Paloma
<b>Vendredi</b>	16	<b>9h-12h Renouvellements d'adhésion</b> <b>13h Encaissements des activités</b> 14h30 Réunion d'activité 19h Vendredi de l'agglomération "Les Contes de la Voie Lactée" à la Rouvière (en autonomie)	9h-17h	Paloma
<b>Samedi</b>	17	13h Kinépolis <b>3€</b> (en autonomie)	<b>FERME</b>	
<b>Dimanche</b>	18	13h Accueil	13h-17h	Marion
<b>Lundi</b>	19	10h30 Quoi de neuf ? 11h30 Courses pour les galettes 15h Présentation du projet "La capacité d'agir" par Mathieu de Sport Adapté	10h-17h	Lella
<b>Mardi</b>	20	9h30 Réunion du bureau - <b>GEM FERME le matin</b> 13h Accueil	13h-17h	Patricia
<b>Mercredi</b>	21	10h30 Groupe entendeur de voix	<b>FERME</b>	
<b>Jeudi</b>	22	14h Départ balade en autonomie au Mas Praden (entre 2 et 4km)	<b>FERME</b>	
<b>Vendredi</b>	23	10h Cuisine galette et courses repas 13h30-16h30 <b>Galette des rois InterGEM à la MDA</b> 19h Vendredi de l'agglomération à Gajan "L'école des femmes" (en autonomie)	10h-13h30	Lella
<b>Samedi</b>	24	9h30 Réunion du Conseil d'Administration 14h Festival de la biographie au Carré d'art	12h-14h	Lella
<b>Dimanche</b>	25	12h Repas "Epaule de Benoit et patates de Marion" <b>3€</b>	9h-16h	Lella
<b>Lundi</b>	26	10h30 Quoi de neuf ? 14h30 Atelier écriture avec Paloma	9h-17h	Paloma
<b>Mardi</b>	27	13h Accueil	13h-17h	Jonathan
<b>Mercredi</b>	28	<b>Renouvellements d'adhésion toute la journée (jusqu'à 15h)</b> 15h Anniversaires du mois en chanson	9h-17h	Lella / Palo
<b>Jeudi</b>	29	9h30 Départ ateliers Intimité à Alès avec le GEM l'Émeraude	<b>FERME</b>	Paloma
<b>Vendredi</b>	30	<b>9h-12h Renouvellements d'adhésion</b> 13h30 Départ Médiation animale <b>3€</b> 19h Vendredi de l'agglomération à St Génies de Malgoirès "L'impatient"	9h-13h30	Paloma
<b>Samedi</b>	31	<b>GEM FERME</b>	<b>FERME</b>	

Veillez à respecter le règlement intérieur, autant dans le local que pendant les sorties

Mail : [alteregauxgem30@gmail.com](mailto:alteregauxgem30@gmail.com)

Téléphone: 06 76 40 76 49





## Le petit journal du GEM Alter Egaux

### Une bonne résolution pour la nouvelle année : Réadhérer !

Nous vous proposons plusieurs créneaux :  
mercredi 7, vendredi 9, dimanche 11, mercredi 14, vendredi  
16, mercredi 28, et vendredi 30 janvier

Si possible, inscrivez vous sur les créneaux pour que l'on  
puisse gérer les entretiens et limiter l'attente :)

### Samedi 10 janvier

Découverte de Sommières et de son marché puis visite  
guidée du Pont d'Ambrussum (merci Marion pour le contact)

### Lundi 12 janvier

On respecte les traditions, notre président Philippe vous  
présentera les vœux de l'association autour d'un goûter. Puis  
ce sera l'occasion, lors de la parole aux adhérents, de  
discuter ensemble de nos projets pour cette nouvelle année  
2026 !



### Vendredi 23 Janvier

Nous vous proposons de déguster ensemble la galette des  
rois à la Maison des adolescents avec nos GEM préférés  
hiiiiii



### Samedi 24 janvier

Lella vous emmène au temple du livre découvrir le festival de  
la Biographie

### Jeudi 29 janvier

Le GEM Emeraude et la ville d'Alès organise une journée sur le  
thème de l'intimité. Au programme : atelier sur le corps, la  
connaissance des droits, le consentement, la  
communication, la contraception, les violences conjugales  
...  
Nous y étions allés il y a deux ans, c'était très intéressant

**Forum**  
Santé Mentale et Intimité

Jeudi 29 janvier 2026  
de 10h00 à 19h00

A l'Épicerie Jules CAZOT  
14 Rue Jules CAZOT - 30100 Alès  
Région Occitanie

**Droit à l'égalité  
Sexualités  
Consentement  
Meilleur Couple Parentalité  
Respect**

Organisé par Alter Egaux  
Pour plus d'informations, contactez :  
04 86 80 01 81 / alteregaux@seine-saint-denis.fr